



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DIRETORIA ESPECIALIZADA DE GESTÃO EDUCACIONAL
COORDENAÇÃO TÉCNICA GERAL DE PROGRAMAS E PROJETOS NA ESCOLA
COORDENAÇÃO TÉCNICA DE NUTRIÇÃO E SEGURANÇA ALIMENTAR



Dia Mundial do Câncer (OMS)– 04/02

Uma alimentação saudável é uma importante aliada na prevenção de diversos tipos de câncer. Priorizar frutas, verduras, legumes, grãos integrais e reduzir o consumo de alimentos ultraprocessados ajuda a fortalecer o organismo e proteger as células. Pequenas escolhas no dia a dia podem ter grande impacto na saúde ao longo da vida.

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL INTEGRAL E PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 ANOS)

FEVEREIRO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 02	TERÇA-FEIRA 03	QUARTA-FEIRA 04	QUINTA-FEIRA 05	SEXTA-FEIRA 06
Desjejum 07:00 a 07:30	Banana prata ou pacovan com leite de vaca em pó integral	Sanduíche natural saudável (pão seda, queijo muçarela, alface e tomate)	Cuscuz de milho umedecido com leite de vaca integral Ovo mexido	Inhame com leite de vaca integral	Leite de vaca integral com cacao em pó 100%
Lanche Manhã 09: 00 a 09:30	Tangerina	Banana prata ou pacovan	Manga	Melancia	Abacaxi
Almoço 11:00 a 11:30	Macarrão espaguete com carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Arrumadinho de filé de frango (feijão fradinho) Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado) Purê de batata inglesa com cenoura	Couve refogado Feijoada saudável (Carne bovina em cubos + Feijão preto) Farofa de alho Arroz refogado com alho (arroz parboilizado)	Salada crua simples (tomate, alface, cebola) Fígado bovino em iscas acebolada Feijão caseiro (Feijão carioca) Arroz refogado com coentro (arroz parboilizado)	Peixada ao leite de coco com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Pirão de peixe Arroz simples (Arroz parboilizado)
Lanche da tarde 13:30 a 13:30	Manga	Melancia	Abacaxi	Tangerina	Banana prata ou pacovan
Jantar 15:30 a 16:00	Arroz refogado com coentro (arroz parboilizado) Fígado bovino ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Macaxeira Filé de frango ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Macarrão espaguete com carne bovina moída ao molho	Sopa de feijão com carne bovina, macarrão e legumes (abóbora, batata, cenoura, chuchu) Pão seda	Cuscuz de milho Ovo mexido

Média da Composição Nutricional Diária

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
875,71	128,64	47,28	20,33	1998,73	75,56	304,43	6,61	777,53

Ana Denise Gouvêa Moreira Cotrim
ANA DENISE GOUVÊA MOREIRA COTRIM
COORDENADORA TÉCNICA DE NUTRIÇÃO
E SEGURANÇA ALIMENTAR
MATRÍCULA: 928536- 9



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DIRETORIA ESPECIALIZADA DE GESTÃO EDUCACIONAL
COORDENAÇÃO TÉCNICA GERAL DE PROGRAMAS E PROJETOS NA ESCOLA
COORDENAÇÃO TÉCNICA DE NUTRIÇÃO E SEGURANÇA ALIMENTAR



Dia Nacional de Luta dos Povos Indígenas – 07/02
Celebrar a cultura indígena é valorizar tradições alimentares que preservam a saúde e a sustentabilidade. A alimentação típica indígena, rica em raízes, frutas, legumes e sementes, inspira escolhas saudáveis e nutritivas que podem ser incorporadas ao dia a dia, fortalecendo a conexão com a natureza e a diversidade alimentar.

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL INTEGRAL E PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 ANOS)

FEVEREIRO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 09	TERÇA-FEIRA 10	QUARTA-FEIRA 11	QUINTA-FEIRA 12	SEXTA-FEIRA 13
Desjejum 07:00 a 07:30	Iogurte natural com frutas (banana prata ou pacovan, maçã e mamão)	Banana prata ou pacovan polvilhada com leite em pó integral	Batata doce Carne bovina moída ao molho	Mingau de banana com aveia com cacau 100%	Cuscuz de milho umedecido com leite de vaca integral
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Banana prata ou pacovan	Abacaxi	Goiaba	Melão	Melancia
Almoço 11:00 a 11:30	Macarrão parafuso com filé de peixe e legumes (repolho e cenoura)	Carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão caseiro (Feijão Carioca) Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado)	Fígado bovino em iscas ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão tropeiro (Feijão verde) Arroz refogado com coentro (arroz parboilizado)	Filé de frango em cubos ao molho Purê de batata inglesa Arroz simples (arroz parboilizado)	Salada verão (cenoura, abacaxi, maçã e alface) Carne bovina em iscas acebolada Feijão caseiro (Feijão preto) Arroz refogado com alho (arroz parboilizado)
Lanche da tarde 13:00 a 13:30	Goiaba	Melão	Abacaxi	Melancia	Banana prata ou pacovan
Jantar 15:30 a 16:00	Risoto de carne bovina com legumes (arroz branco, batata, cenoura, chuchu)	Macarrão com filé de frango desfiado e legumes ao molho (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Batata doce Ovo primavera (ovo de galinha, cenoura, tomate, cebola, pimentão, cheiro verde)	Cuscuz de milho Carne bovina moída ao molho	Canja de filé de frango com legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu) Pão seda

Média da Composição Nutricional Diária

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
766,03	85,11	35,46	10,54	1699,97	55,37	97,15	4,67	472,19

Ana Denise Gouvêa Moreira Cotrim
ANA DENISE GOUVÊA MOREIRA COTRIM
COORDENADORA TÉCNICA DE NUTRIÇÃO
E SEGURANÇA ALIMENTAR
MATRÍCULA: 928536- 9

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DIRETORIA ESPECIALIZADA DE GESTÃO EDUCACIONAL
COORDENAÇÃO TÉCNICA GERAL DE PROGRAMAS E PROJETOS NA ESCOLA
COORDENAÇÃO TÉCNICA DE NUTRIÇÃO E SEGURANÇA ALIMENTAR

	<p style="text-align: center;">Dia Internacional de Luta contra o Câncer Infantil – 15/02</p> <p>Uma alimentação equilibrada é fundamental para o crescimento saudável das crianças e para a prevenção de doenças. Frutas, verduras, legumes, grãos integrais e proteínas magras ajudam a fortalecer o organismo e contribuem para uma vida mais saudável desde a infância.</p>
---	--

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL INTEGRAL E PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 ANOS)

FEVEREIRO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 16	TERÇA-FEIRA 17	QUARTA-FEIRA 18	QUINTA-FEIRA 19	SEXTA-FEIRA 20
Desjejum 07:00 a 07:30	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	Banana prata ou pacovan polvilhada com leite em pó integral	Crepioca com queijo muçarela
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	Abacaxi	Tangerina
Almoço 11:00 a 11:30	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	Carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão preto caseiro Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado)	Abóbora ao vinagrete Feijoada alagoana (Feijão carioca + Carne bovina em cubos) Farofa de couve (Farinha de mandioca + couve manteiga) Arroz simples (arroz parboilizado)
Lanche da tarde 13:00 a 13:30	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	Tangerina	Banana prata ou pacovan
Jantar 15:30 a 16:00	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	Cuscuz de milho Ovo primavera (ovo de galinha, cenoura, tomate, cebola, pimentão, cheiro verde)	Sopa de carne bovina com macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu) Pão seda

Média da Composição Nutricional Diária

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
332,82	53,34	15,84	7,29	187,19	43,84	100,20	2,24	257,59


ANA DENISE GOUVÊA MOREIRA COTRIM
COORDENADORA TÉCNICA DE NUTRIÇÃO
E SEGURANÇA ALIMENTAR
MATRÍCULA: 928536- 9



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DIRETORIA ESPECIALIZADA DE GESTÃO EDUCACIONAL
COORDENAÇÃO TÉCNICA GERAL DE PROGRAMAS E PROJETOS NA ESCOLA
COORDENAÇÃO TÉCNICA DE NUTRIÇÃO E SEGURANÇA ALIMENTAR**



Dia Mundial das Doenças Raras – 28/02

Alimentação adequada é um importante aliado na saúde e na qualidade de vida de todos, incluindo pessoas com doenças raras. Frutas, verduras, legumes, proteínas magras e hidratação adequada contribuem para fortalecer o organismo e apoiar tratamentos de forma saudável e equilibrada.

CARDÁPIO ENSINO INFANTIL INTEGRAL E PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 ANOS)

FEVEREIRO/2026					
REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 23	TERÇA-FEIRA 24	QUARTA-FEIRA 25	QUINTA-FEIRA 26	SEXTA-FEIRA 27
Desjejum 07:00 a 07:30	Banana prata ou pacovan polvilhada com leite em pó integral	Pão seda com requeijão caseiro	Macaxeira Ovo primavera (ovo de galinha, cenoura, tomate, cebola, pimentão, cheiro verde)	Cuscuz quarenta Carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Panqueca de aveia com banana e cacau 100%
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Goiaba	Banana prata ou pacovan	Abacaxi	Melancia	Melão
Almoço 11:00 a 11:30	Salada colorida (cenoura, alface, beterraba) Bobó de macaxeira com filé de frango Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado)	Carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão preto caseiro Arroz refogado com alho (arroz parboilizado)	Fígado bovino ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão caseiro (Feijão Carioca) Arroz simples (arroz parboilizado)	Salada vinagrete Filé de frango em iscas acebolado Baião de dois (Arroz branco + Feijão verde)	Macarrão com carne bovina moída e legumes ao molho (batata inglesa, cenoura, chuchu)
Lanche da tarde 13:00 a 13:30	Melão	Melancia	Goiaba	Abacaxi	Banana prata ou pacovan
Jantar 15:30 a 16:00	Inhame Carne bovina moída ao molho	Cuscuz de milho umedecido com leite de vaca integral Ovo mexido	Sopa de filé de frango com macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu) Pão seda	Batata doce Carne bovina ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Risoto de filé de frango com legumes (arroz branco, batata inglesa, cenoura, chuchu)

Média da Composição Nutricional Diária

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
808,67	122,95	46,85	16,18	1810,47	75,53	160,97	6,50	692,80

Ana Denise Gouvêa Moreira Cotrim
ANA DENISE GOUVÊA MOREIRA COTRIM
COORDENADORA TÉCNICA DE NUTRIÇÃO
E SEGURANÇA ALIMENTAR
MATRÍCULA: 928536- 9